

モデル事業から見えた 誰もが活躍できる地域活動のための秘けつ!

平成27～29年度にかけて、高齢者の皆さんが地域とのつながりを持ちながら、元気に活躍するための取組を実施・検証するモデル事業を行いました。シニアパワー発揮の可能性や世代間交流の効果など、モデル事業から見えた成功の秘けつを紹介します。

花壇活動を通じたシニアと児童との交流(金沢区)

小学生と学区内に住む高齢者が、一緒に校庭の花壇での植栽活動をしています。世代間交流により、高齢者にとっては子どもの成長を見守る喜びを感じることができ、子どもにとっては高齢者との信頼関係づくりを通して社会性を学ぶ機会となるなど、高齢者と子どもの両者への効果がありました。



成功の秘けつ

- ◆ 近隣の日頃からの関心事をヒントにしました
- ◆ 高齢者の方々と小学校双方のメリットを大事にしました
- ◆ 花壇活動以外にもシニアと子どもが交流を深めるための時間や場をつくりました
- ◆ 総合学習(学びの時間)にシニアが関わり、子どもの成長を見守ることがやりがいとなりました



里山体験を通じた世代間交流(泉区)

里山が豊富にあるという地域の強みをいかし、畑づくりを通じて農作業のアドバイス、看板作り、小屋の修理など、高齢者が得意な力を発揮して、無理なく気軽に参加できています。収穫祭のイベントでは、子どもとその親世代等幅広く地域住民を招き、世代間交流も進んでいます。



成功の秘けつ

- ◆ 「まずはやってみよう」の精神で動きだしました
- ◆ 誰でも自由に気軽に参加できるような居場所を目指しました
- ◆ 参加者には様々な得意分野を発揮して活躍してもらいました
- ◆ 畑から受ける豊かな自然の恵みへの感謝や喜びを分かち合いました
- ◆ 地域をよく知る人など、様々な人に声をかけて活動の活性化を目指しました



横浜市健康福祉局福祉保健課 〒231-0017 横浜市中区港町1-1
TEL : 045-671-3428 FAX : 045-664-3622



地域活動に携わるみなさんへ

自分も元気! 地域も元気!

～だれもが活躍できる地域活動のためのポイント～

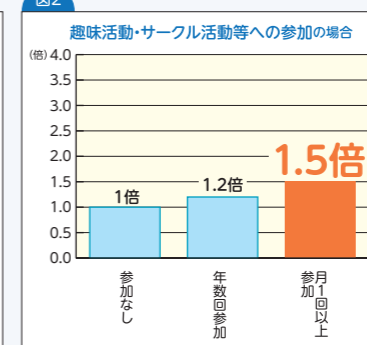
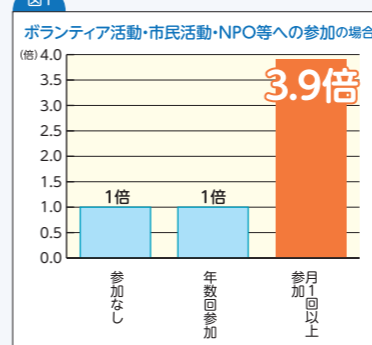
町内会活動やボランティア、サークル活動など、人とつながる地域活動は、**地域の力を高め、活動に関わるみんなの健康を高め**ます!

人と人とのつながりをあらわす「ソーシャル・キャピタル」って?

「地域の力」「住民の底力」ともあらわされます。人と人とのつながりが活発になると、住民の地域活動への参加も活発になり、**地域の人間関係の豊かさと、地域活動の活性化とが好循環**していきます。また、ソーシャル・キャピタルは、**健康にもよい影響を与える**ことが明らかになっています。

社会活動等への参加は元気の秘訣!

社会活動等に積極的に参加している人ほど、4年後も健康で自立した生活を維持できていた。
※「参加なし」を「1」とした場合と比較



出典: 東京都健康長寿医療センター研究所
高齢者の社会活動等への参加による4年後の生活機能維持に関する調査(首都圏A市)(2008-2012年)

ボランティア活動では、**4年後も元気な生活を続けていた人が3.9倍多い!**
(図1)

趣味やサークル活動でも**1.5倍多い!**
(図2)

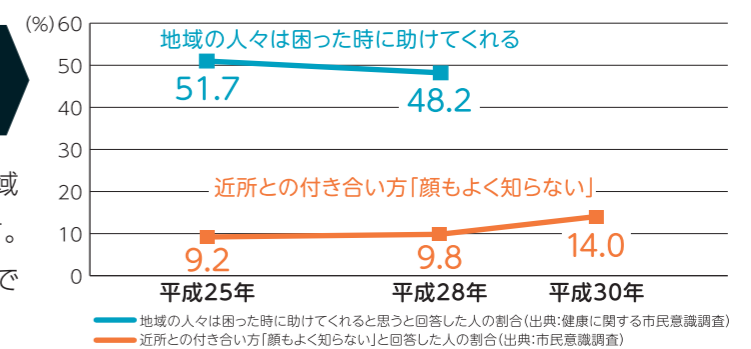


なぜ世代間交流がよいの?

子どもから高齢者まで様々な世代が交流を深めながら活動することは、**世代を超えて人とつながる楽しさを感じたり、見守りあえる関係づくりや地域が活性化**するきっかけになります。また、世代間交流によって、活動内容の幅が広がったり、これまで知り合ったことのない人や団体と知り合い、共に活動する機会ができるなど、**活動の発展や継続**にもつながります。

最近の横浜市では何が起きている?...

横浜市では、緩やかではあるものの、地域の人とつながりの希薄化が進んでいます。人とつながりながら、みんなが元気に活躍できる地域活動を目指していきましょう!



活動の更なるステップアップのために…各時期において大切なポイントをまとめました

活動をさらに盛り上げていくためのポイント

子どもから高齢者まで
さまざまな人に楽しく
参加してもらおう！

1. 活動の計画を立てる

出発

興味のあること、得意なことから楽しく取り組んでみよう。

地域の心強い仲間(人・施設・企業・学校など)を味方にしよう。

目的や目指す姿をみんなで描こう。

活動者・参加者の意見を生かして、みんなで企画しよう。

得意なこと、楽しいことを通して誰かのためになる取組はできないか考えてみよう。

「面白い!」と感じてもらい、より幅広い人が楽しめる活動に!

参加や見学しやすいオープンな活動にしよう。

今後のために必要な支援(人・資金など)を受けて負担軽減を図ってみよう。

新たに活動の力になってくれる人や団体はいないか、情報を集めてみよう。

次にチャレンジしたいことを考えてみよう。

いつのまにか閉鎖的になっていたり、新しい人が参加しにくい雰囲気になっていないか確認しよう。

参加者も活動者も一緒につくりあげている場になっているか振り返ってみよう。

活動に参加して良かったことを共に喜び、楽しさややりがいを今後の糧にしよう。

やりたかったことができたか、できなかったことは何かみんなで振り返ってみよう。

振り返りは参加者も活動者もみんなで行おう。

色々な世代を巻き込んで活動の可能性を広げよう。

次のステップへ

活動の悩みを地域ケアプラザや区役所、区社協に相談してみようかな。

空いているスペースを貸してくれる施設はないかな?

みんなのやりがいにもつながるね!

おいしいお茶を入れる役なら任せて!

小さなことでも一人ひとりが役割を持って参加しよう。

参加者も活動者も参加の仕方は人それぞれ。色々なスタイルを受け入れよう。

負担が偏らないよう、みんなで協力しよう。

1回完結型でなく、継続的な取組で、みんなで変化を感じられる工夫をするのも一つ!

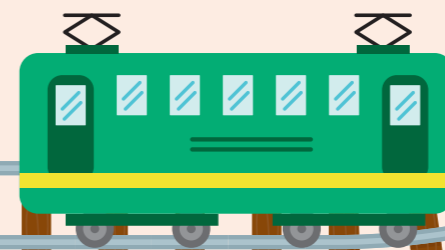
新たな“人財”につながるかも!

地域の活動者のみなさんへ

ボランティアだけでなく参加者も含めて、みんなで活動を盛り上げることが大切です。そのためには、仲間一人ひとりの得意なことやできることを見つけて、その力を活動で発揮できるように支えてほしいと思います。ちょっとしたことでも自分の力を発揮できる機会があることは、本人が居場所を見つけたり、やりがいや喜びの発見につながったり、さらには健康というおみやげまでついてきます。みなさんの活動が、地域の人たちにとっての財産になります。色々な人たちと協力しながら活動を充実させていきましょう。

みんなで集まる場をつくりたいね。

地域のシニアさん達と一緒にできないかしら。



3. 活動を振り返る

4. 活動の改善・軌道修正

～ 担い手も増やそう